

Comment favoriser la consommation des légumes chez les enfants : le programme de recherche-action EducAlim

Mohamed Merdji

FFAS colloque du 26 octobre 2017
Programmes de prévention alimentation-activité physique en France et en Europe

Contexte et partenaires

Projet : Réponse à un appel à projet du Programme National de l'Alimentation (2010)

Objectif : Comment favoriser la consommation des légumes chez les enfants dans le contexte scolaire (cantine)

Equipe :

- Claude Fischler (Centre E. Morin)
- Nathalie Rigal (Université Paris- X)
- Philippe Courcoux (ONIRIS Nantes)
- Mohamed Merdji (Audencia Nantes)

Partenaires :

- DRAAF des pays de la Loire
- DGAL
- Rectorat de Nantes
- Villes de Nantes et d'Angers
- Fleury Michon (Mécénat)

Capitaliser sur les expériences précédentes

Celle des « ateliers du goût » (Jacques Puisais) en particulier qui a largement essaimé dans le milieu scolaire
L'évaluation des effets des « ateliers du goût » montre (ANR – EduSens) :

- Qu'ils ont un impact positif sur la connaissance des aliments
- Mais aucun effet sur le changement du comportement alimentaire des enfants

D'où : la préconisation d'EduSens :

*« il faudrait inclure une forte composante expérimentale dans les programmes
[ie.privilégier une pédagogie centrée sur la pratique] et des dispositifs d'évaluation longitudinale des
comportements alimentaires réels des enfants »*

Une préconisation intégrée dans le protocole d'EduAlim

Contenu et méthode

1. Recrutement d'une cohorte de 576 enfants : 17 écoles de Nantes et d'Angers

- Les enfants ont été recrutés en CE2 et suivis pendant trois ans (CE2 → CM2)
- Et répartis en deux groupes : 297 « pilotes » et 279 « témoins »

2. Un module de cours dispensés en classe :

- Un module de 25 heures de cours (+ les heures-projets laissées à l'initiative des enseignants)
- Conçu avec l'Inspection Académique en conformité avec les programmes du CE2 au CM2
- Les cours portent sur la connaissance des fruits et des légumes (histoire, production, usages culinaires, etc)
- Ils sont tous reliés aux enseignements fondamentaux (Maths, Français, SVT, Arts plastiques, EPS)

Contenu et méthode

3. Activités associées aux cours :

- Des ateliers-cuisine animés par des cuisiniers - formateurs , suivis par des séances de dégustation
- Des « ateliers du goût » (en classe et avant chaque atelier-cuisine)
- Des ateliers de jardinage
- Des visites de marchés, de fermes pédagogiques et de sites de production (maraichers)



Contenu et méthode

Mesure quantitative de l'impact sur la consommation :

Lors des ateliers-cuisine : les enfants ont réalisé des plats avec plusieurs types de légumes (connus et moins connus)

Et de manière systématique : deux plats à chaque fois avec des endives et des choux de Bruxelles

Ces deux légumes ont servi de légumes-test pour la mesure de l'impact sur la consommation (cantine : pesée des restes)

Deux plats d'endives et de choux de Bruxelles ont été servis (3 fois) à tous les enfants (pilotes et témoins)

Une entrée (30 grs d'endives, 10 grs de vinaigrette, ½ œuf), un plat de résistance (90 grs choux de Bruxelles, viande en sauce)

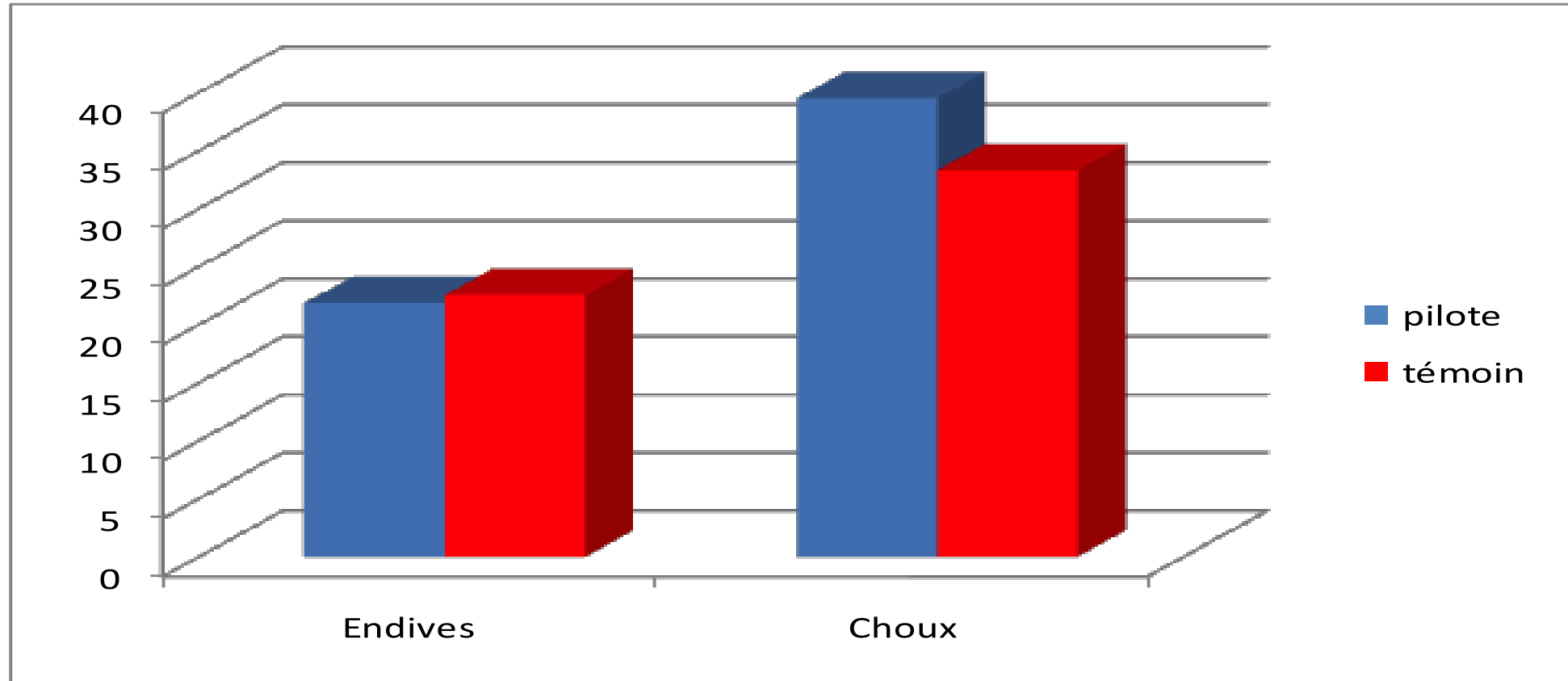
Mesure des autres effets : entretiens et questionnaire

Des entretiens individuels ont été réalisés avec tous les enseignants qui ont participé à l'expérimentation

Un questionnaire a également été envoyé à tous les parents des enfants du groupe pilote

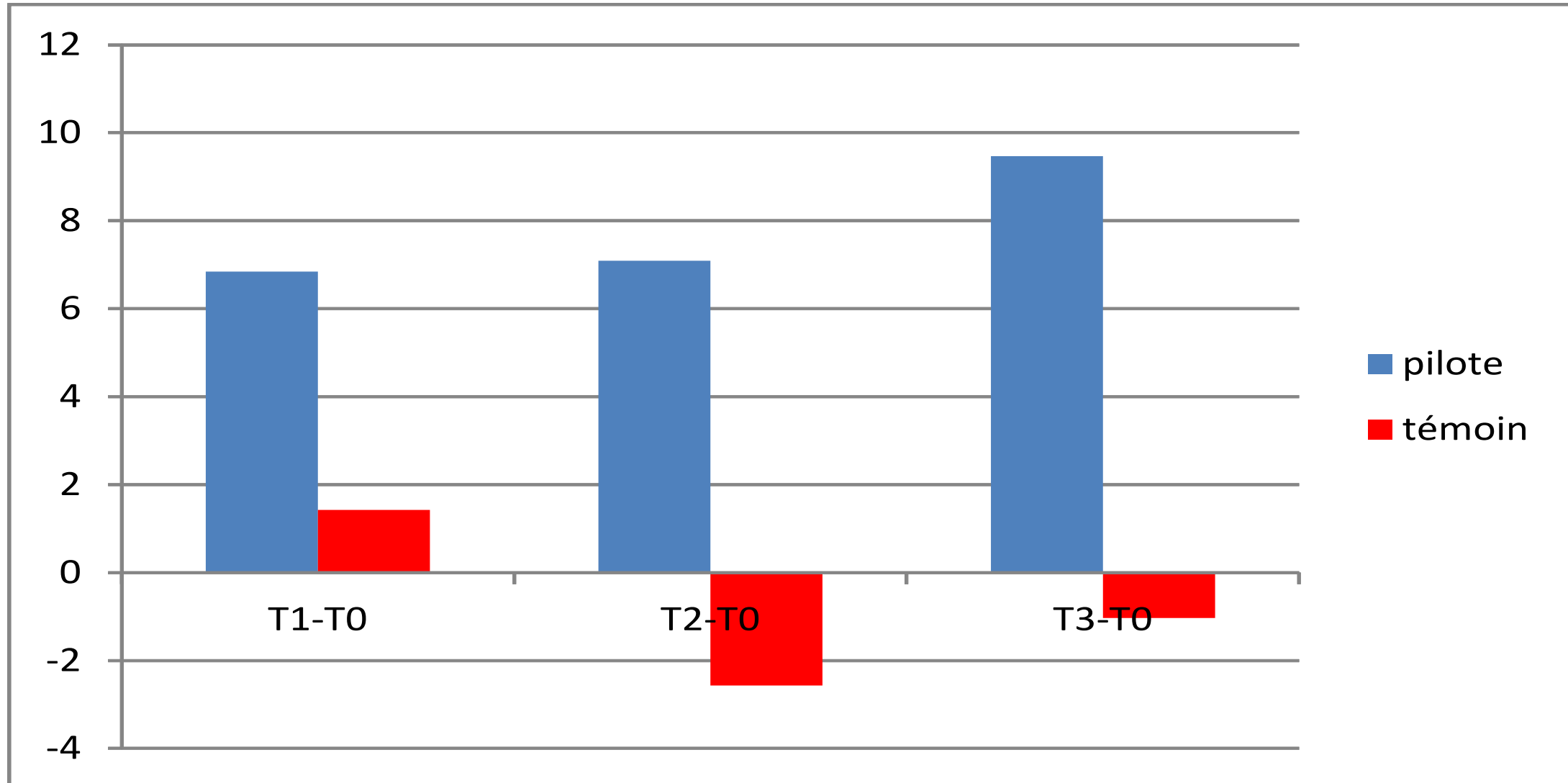
Mesure de la consommation avant l'expérimentation (T0)

Quantités consommées : en grammes



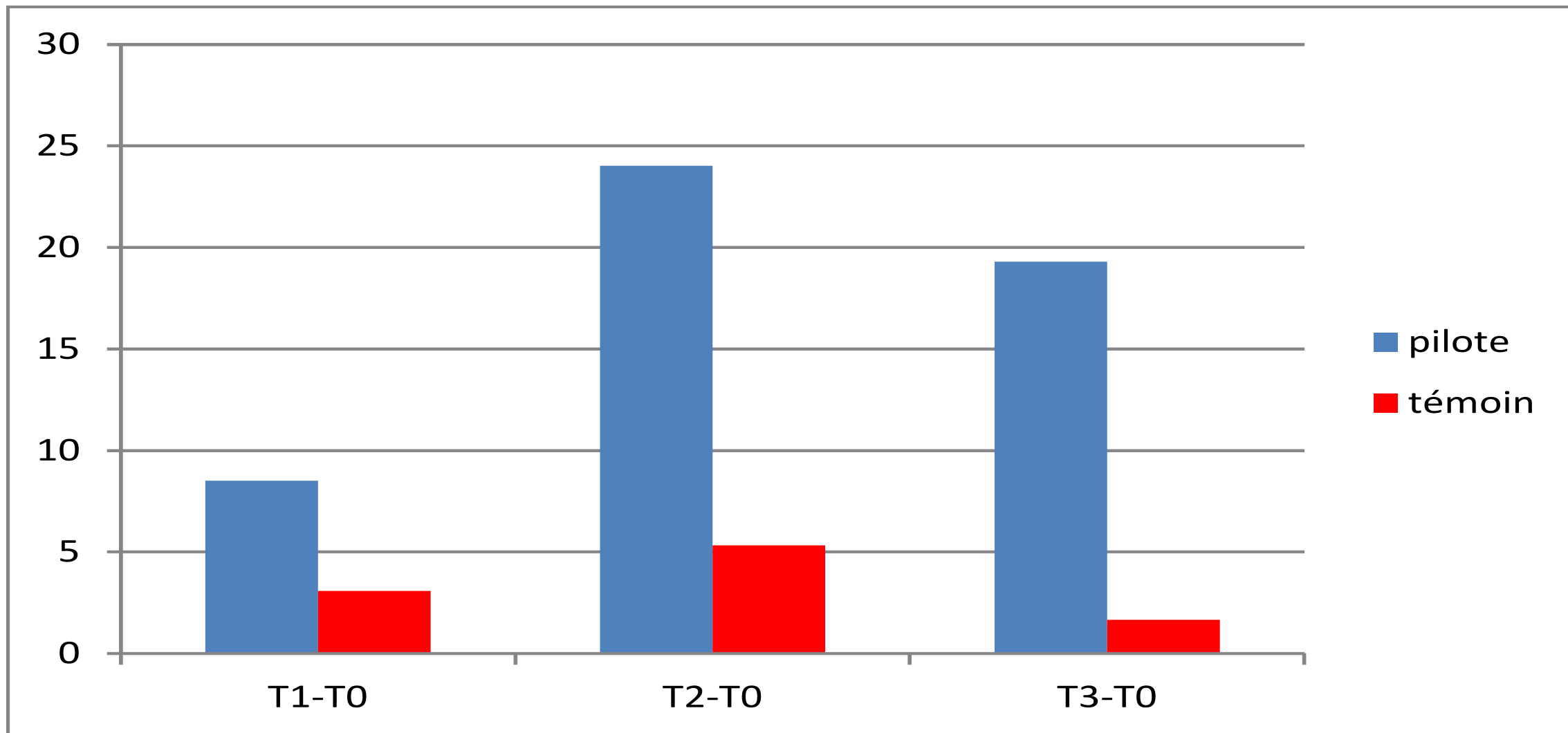
Mesure de la consommation pendant l'expérimentation

(endives en grammes)



Mesure de la consommation pendant l'expérimentation

(chou de Bruxelles en grammes)



Evaluation des autres effets du programme

Effets déclarés :

Le programme a suscité un fort intérêt chez les enfants (les cours autant que les activités)

Les cours produisent des effets de connaissance importants chez les enfants

Les enfants parlent plus de ce qu'ils mangent à l'école et à la maison

Moins de réticence à goûter les nouveaux aliments à la cantine et à la maison

Effet sur les goûters (plus de fruits)

Les $\frac{3}{4}$ des familles interrogées déclarent avoir refait au moins une fois les recettes des ateliers-cuisine

40 % des familles déclarent les avoir adopté (recettes le plus souvent refaites à la demande des enfants)

Les enseignements

Facteurs clefs de succès :

Sur le plan institutionnel : la DRAAF et le soutien des élus ont facilité la négociation avec le rectorat (dérogations)

Une forte implication des enseignants et des parents

Les enseignants disposaient d'un programme « clefs en mains » (fiches et matériels de cours, formation préalable)

Concernant le programme lui-même : la combinaison cours / ateliers du goût / ateliers-cuisine

Difficultés rencontrées :

Au départ : réticences de certains directeurs d'école (adaptations liées à la refonte des programmes de cours)

La mise en œuvre des tests en cantine : adaptation des menus, gaspillage (chou de Bruxelles)

Déploiement :

L'expérience se poursuit avec des adaptations dans la région Ouest (Nantes et Angers)

Le Rectorat et La DRAAF de Nantes ont décidé de s'associer pour favoriser ce déploiement

Un plan « Education alimentaire » a été élaboré à cet effet

Organisation de plusieurs sessions de formation (enseignants, diététiciennes, responsables cantines scolaires, etc)

Questions posées par le déploiement du programme

Modules de cours :

Problème lié à l'adaptation des modules de cours : l'évolution des programmes

Coûts :

La prise en charge des coûts de réalisation (formation / enseignants, ateliers & visites sites de production)